



INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS PARA EL DUELO POR SUICIDIO: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

MARÍA CANTERO GARCÍA, MARÍA RUEDA EXTREMEIRA

INTRODUCCIÓN

Las personas afectadas por duelo por suicidio suelen experimentar una mayor carga emocional, marcada por sentimientos de culpa, vergüenza y estigmatización social. Este tipo de duelo se ha relacionado con un aumento significativo en el riesgo de trastornos psicológicos, incluidos los trastornos depresivos y el suicidio en los supervivientes.

OBJETIVOS

Identificar las características del duelo por suicidio y sus complicaciones asociadas. Analizar las intervenciones psicológicas disponibles para personas en duelo por suicidio, con el fin de identificar su eficacia y los factores psicosociales implicados.

MÉTODO

Se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos PubMed, PsycINFO y Scopus. Se utilizaron términos clave como: suicide bereavement, grief after suicide, suicide survivors y postvention. Criterios de inclusión: artículos empíricos entre los años 2013 y 2024, en inglés o español, que abordaran el duelo por suicidio en población adulta. Se incluyeron un total de 24 estudios.

RESULTADOS

Características del duelo por suicidio: Emociones predominantes: Culpa, vergüenza, rabia y rechazo. Estigma social: Autoestigmatización y aislamiento frecuente de los supervivientes. Dificultad para encontrar significado: Los supervivientes luchan por darle sentido a la pérdida, lo que puede alargar el proceso de duelo. Complicaciones asociadas: Riesgo de trastorno por duelo prolongado y otros trastornos afectivos. Incremento del riesgo suicida. Impacto negativo en las relaciones familiares y sociales. Intervenciones eficaces: Terapia cognitivo-conductual adaptada al duelo y terapia narrativa son las más eficaces. Grupos de apoyo entre iguales: Reducción del aislamiento social. Modelos de postvención estructurada, como el SAFER-R, mostraron beneficios clínicos.

CONCLUSIÓN

El duelo por suicidio debe ser abordado de manera específica y multidimensional. Es fundamental que los profesionales de la salud mental adopten enfoques integrales que no solo incluyan intervención psicológica individual, sino también apoyo social y familiar. Los programas de postvención deben ser accesibles y estructurados para ayudar a los supervivientes a sobrellevar el estigma y el dolor.